**Teks 1A**

BERITA SURIA 8 MALAM

**Tinjauan: 57% murid sekolah rendah kurang tidur**

SINGAPURA: Sekitar 57 peratus daripada murid-murid sekolah rendah di sini mengalami masalah kurang tidur, menurut satu tinjauan yang dijalankan oleh para mahasiswa Universiti Teknologi Nanyang (NTU).

Mereka hanya tidur lapan jam sehari pada hari-hari sekolah, sedangkan sepatutnya mereka perlu tidur antara sembilan dengan 10 jam sehari.

Tinjauan tersebut dijalankan bersama oleh NTU dan Hospital Universiti Nasional (NUH), ke atas lebih 300 orang - terdiri daripada ibu bapa yang mempunyai anak berusia antara 6 hingga 9 tahun, dari November hingga Disember tahun lalu.

Antara lain, mereka ditanya tentang tabiat tidur mereka dan anak-anak mereka, serta anggapan mereka tentang tidur.

Kajian itu juga mendapati 37 peratus kanak-kanak yang ditinjau tidak mengamalkan masa tidur yang tetap, sementara 35 peratus tidak mempunyai rutin masa tidur yang tetap. Oleh itu, mereka sering rasa mengantuk atau menjadi terlalu aktif pada siang hari. Sebahagian daripada mereka pula terlelap semasa menaiki pengangkutan awam atau semasa menonton televisyen.

Bagi kanak-kanak ini, kebanyakan mereka menggunakan peralatan digital sebelum tidur. Sebanyak 75 peratus menonton televisyen, 60 peratus menggunakan telefon bijak, dan 30 peratus menggunakan komputer selama sejam sebelum tidur. Tabiat sedemikian menjejas keupayaan mereka untuk tidur.

Yang membimbangkan, menurut tinjaun itu, sembilan daripada 10 ibu bapa tidak menyedari bahawa anak-anak mereka tidak cukup tidur.

Tinjauan itu turut memberikan panduan kepada ibu bapa tentang tanda-tanda tidak cukup tidur di kalangan anak-anak - termasuk tidak dapat memberikan tumpuan, prestasi pelajaran yang merosot, cepat marah dan kecewa serta sering terlelap semasa duduk berehat atau menonton televisyen.

***Dimuat turun daripada****: http://berita.mediacorp.sg/mobilem/singapore/tinjauan-57-murid-sekolah/1639190.html*

**Teks 1B**

[](http://www.republika.co.id/kanal/gaya-hidup)

**Ini Pentingnya Tidur Bagi Otak**

REPUBLIKA.CO.ID, WASHINGTON -- Dalam penelitian terbaru ditemukan otak menggunakan tidur untuk menghapus sampah racun yang dibentuk selama berpikir keras seharian.

Tim dari AS menyakini sistem pembuangan sampah tersebut merupakan salah satu alasan fundamental untuk tidur.

Dalam studi mereka terlihat sel otak menyusut selama tidur untuk membuka saluran antara neuron dan membuat cairan membersihkan otak.

Mereka juga menemukan kegagalan membersihkan beberapa racun protein mungkin membuat peran otak tidak berfungsi. Salah satu pertanyaan dalam penelitian tentang tidur tersebut adalah mengapa hewan tidur saat mereka rentan diserang predator.

"Otak hanya memiliki energi terbatas pada pembuangan dan terlihat otak harus memilih antara dua fungsi yang berbeda-terbangun dan terjaga atau tidur dan membersihkan," kata peneliti, Maiken Nedergaard dikutip BBC, Kamis (17/10).

Peneliti mengatakan masalah dalam mekanisme pembersihan otak mungkin berkontribusi pada sejumlah penyakit. Akan tetapi, penelitian tentang itu masih diperlukan.

Peneliti di Yayasan Alzheimer Inggris mengatakan penelitian lanjutan dubutuhkan untuk mengetahui apakah kerusakan sistem pembungan otak dapat membuat penyakit seperti demensia atau pikun

***Dimuat turun daripada****: http://www.republika.co.id/berita/gaya-hidup/info-sehat/13/10/18/muuedi-ini-pentingnya-tidur-bagi-otak*

**Teks 1C**

**Kampus**

**5 Bahaya Kurang Tidur Bagi Remaja**

Margaret Puspitarini, Jurnalis

**JAKARTA -** Kebanyakan remaja tidak memenuhi waktu tidur ideal yang disarankan oleh dokter, yakni 9 jam. Berdasarkan survei terhadap pengawasan risiko perilaku remaja pada 2009, hanya 31 persen siswa SMA yang memiliki waktu tidur delapan jam setiap malam.

Acara olahraga larut malam, pekerjaan rumah (PR) yang banyak, video game, dan media sosial sering kali menjadi alasan kurangnya waktu tidur para remaja. Faktor hormon dalam masa pubertas juga mendukung remaja untuk tetap terjaga hingga pukul 11 malam. Sehingga mereka mampu begadang di hari sekolah. Jika dibiarkan, kurang tidur bisa menimbulkan konsekuensi serius bagi remaja. Efek tersebut bisa mereka rasakan dari waktu ke waktu. Berikut beberapa risiko terbesar yang dihadapi remaja karena kurang tidur, seperti dikutip dari About.com, Rabu (10/9/2014).

**Peningkat risiko kecelakaan lalu lintas**

Lebih dari 100 ribu kecelakaan mobil terjadi setiap tahun akibat pengemudi kelelahan dan mengantuk. Para pengemudi tersebut umumnya berusia di bawah 25 tahun. Selain risiko mengantuk saat mengemudi, kurang tidur kronis pada remaja bisa mengakibatkan mereka lalai dan bereaksi lebih lambat sehingga bisa meningkatkan peluang terjadinya kecelakaan.

**Masalah kesehatan fisik**

Kurang tidur dapat mengganggu perkembangan dan kesehatan fisik remaja secara keseluruhan. Remaja yang dengan waktu tidur kurang lebih sering mengeluh tentang masalah kesehatan, seperti sakit perut, sakit kepala, sakit punggung, bahkan berisiko terkena tekanan darah tinggi.

**Gangguan memori dan pembelajaran**

Remaja yang tidak mendapatkan waktu tidur cukup berpeluang tinggi untuk tertidur di kelas sehingga sulit untuk berkonsentrasi dalam memperhatikan pelajaran. Kurang tidur dapat menyebabkan gangguan memori yang berpengaruh buruk pada pendidikan dan prestasi akademik remaja secara keseluruhan.

**Berisiko tinggi mengalami obesitas**

Banyak studi penelitian yang menyebutkan adanya pengaruh kurang tidur dengan obesitas pada anak-anak dan orang dewasa. Kurang tidur dapat mengganggu keseimbangan hormon yang mengontrol nafsu makan, serta menurunkan motivasi dan energi yang mengurangi motivasi remaja untuk berolahraga. Dengan demikian peluang mereka untuk menderita obesitas pun semakin tinggi.

**Masalah kesehatan mental**

Remaja yang kurang tidur memiliki mood atau suasana hati yang mudah berubah. Mereka juga mudah marah, mempunyai tingkat kecemasan yang tinggi, dan kesulitan mengontrol amarah tersebut.

***Dimuat turun daripada:*** *http://news.okezone.com/read/2014/09/09/373/1036515/5-bahaya-kurang-tidur-bagi-remaja*

**Teks 2A**

# Teknologi Masa Depan

[Darya Kezina](http://indonesia.rbth.com/author/Darya+Kezina), spesial untuk RBTH

Desainer otomotif dan futuris global menyarankan kita sebaiknya membiasakan diri dengan gagasan-gagasan serupa mulai sekarang. Dalam sesi perkiraan masa depan di Pameran Dagang Industri Internasional INNOPROM yang berlangsung di Yekaterinburg (1.400 kilometer di sebelah timur Moskow), para futuris menyampaikan prediksi perkembangan teknologi masa depan.

Chris Bangle adalah seorang desainer terkenal dari Amerika Serikat yang pernah menjadi Kepala Desainer BMW selama 1992-2009. Saat ini ia merupakan pemimpin salah satu studio desain paling terkenal di dunia, Chris Bangle Associates. Menurut Bangle, mobil yang kita gunakan saat ini akan menjadi usang dalam 10-15 tahun mendatang. Industri mobil tradisional yang kita kenal sekarang tidak akan ada lagi, begitu pula pekerjaan “desainer otomotif”. Pekerjaan tersebut akan digantikan oleh “desainer mobilitas”.

“Mobil yang ada saat ini terlalu kompleks, merepotkan, dan mahal, padahal tidak dapat menciptakan kebebasan mobilitas total. Tak lama lagi, konsep mobil mahal sebagai indikator kesuksesan dan keseksian akan kadaluarsa,” tutur Bangle. Menurut Bangle, anak muda AS tidak lagi membeli mobil seperti orangtua mereka. Sementara di Jerman, anak muda menganggap bahwa mereka yang menyetir mobil adalah orang bodoh yang ketinggalan zaman.

Bangle memprediksi, di masa depan akan ada mobil terbang. Bus akan melayang di atas mobil dan menurunkan penumpang dengan bantuan suatu landaian khusus. Truk udara juga akan tersedia untuk mengangkut beban berat.

Mobil tanpa pengemudi, yang telah coba dibuat oleh Google dan perusahaan-perusahaan lain, akan segera diproduksi massal. Sesuai dengan keinginan pengemudi, mobil ini dapat dioperasikan dengan setir dan gear-box, atau dengan bantuan sebuah sistem tanpa sopir.

Mobil masa depan juga akan memiliki model giroskopis (dua roda). Perusahaan AS General Motors misalnya, telah mengembangkan sebuah prototipe mobil dua roda yang dirancang untuk satu orang. Jika si sopir ingin menambah kecepatan atau penumpang, roda tambahan dapat dipasang ke kendaraan itu. Dengan total delapan roda, mobil tersebut dapat melaju dengan kecepatan hingga 300 kilometer per jam.

**Mobilitas Bioelektrik**

Murat Gunak yang pernah menjadi desainer kepala di Volkswagen AG, Peugeot, dan DaimlerChrysler AG dan saat ini menjabat sebagai menjabat desainer kepala di MIA Electric, sebuah perusahaan yang mengembangkan mobil listrik generasi baru, meyakini bahwa konsep "tenaga kuda" dan "surat izin mengemudi" akan hilang tak lama lagi seiring produsen otomotif beralih ke prinsip-prinsip navigasi mobil yang baru (pedal, misalnya).

Menurut perkiraan Gunak, kendaraan masa depan adalah mobil bioelektrik, sebuah kombinasi energi manusia dan listrik. “Mobil adalah salah satu produk paling emosional di dunia. Saya ingin menciptakan alat transportasi baru yang ramah lingkungan,” tutur Gunak.

**Robot Bercinta**

Ada pula futuris yang berpendapat bahwa semua terobosan baru yang muncul di masa depan akan berkaitan dengan kecerdasan buatan (artificial intelligence).

Hingga saat ini, ukuran pasar robotika bernilai tidak lebih dari 25 miliar dolar AS. “Angka ini lebih kecil dibanding ukuran pasar industri kartu ucapan,” ujar Bangle. Namun, bidang robot sangat berpotensi berkembang pesat dalam jangka panjang. Beberapa robot sudah akrab dengan kehidupan sehari-hari manusia, seperti menyedot debu dari karpet, memotong rumput di taman, bekerja di kantor, dan ada yang berencana menggunakannya dalam pemeliharaan kesehatan dan perawatan lansia. Di masa depan, futuris memperkirakan mungkin akan ada robot yang bisa diajak berteman, bahkan bercinta.

“Robot dapat dibuat menarik secara seksual sehingga orang ingin mereka ada di sekitarnya dan bahkan merawat mereka. Saya ingin robot dapat bergerak gemulai, alih-alih seperti rangkaian besi yang kaku,” kata Bangle.

**Perkembangan di Rusia**

Sergei Radchenko, sekretaris eksekutif organisasi futuris Sverdlovsk dari Znaniye Rusia sekaligus seorang ahli aplikasi robot industri, menjelaskan ada dua kecenderungan utama dalam perkembangan robotika di Rusia yakni memperbaiki mobil tradisional dan mengembangkan kendaraan jenis baru yang merupakan hasil kawin silang antara [helikopter](http://indonesia.rbth.com/tag/helikopter) dan [pesawat terbang](http://indonesia.rbth.com/tag/aviasi).

Menurut Radchenko, penggunaan bahan baru seperti serat dan komposit karbon memungkinkan produsen mengurangi berat kendaraan. Sang ahli juga memperkirakan bahwa sistem [robot](http://indonesia.rbth.com/tag/robot), sistem manufaktur yang fleksibel, dan teknologi 3D-printing akan digunakan secara luas dalam di industri Rusia

***Dimuat turun daripada: http://indonesia.rbth.com/technology/2014/07/20/teknologi\_masa\_depan\_mobil\_terbang\_hingga\_robot\_gemulai\_24433.html***

**Teks 2B**

# ASIMO, Si Robot Pengganti Manusia

[REP](http://www.kompasiana.com/posts/type/raport/) | 08 November 2011 | 13:27 http://assets.kompasiana.com/statics/kompasiana4.0/images/ico_baca.gifDibaca: **184** http://assets.kompasiana.com/statics/kompasiana4.0/images/img_komen.gifKomentar: **0** http://assets.kompasiana.com/statics/kompasiana4.0/images/ico_nilai.gif0

Sungguh canggih robot buatan Honda Motor Company ini. Robot ini mirip manusia, bisa berlari lebih cepat, menendang bola, menyeimbangkan diri, lompat menggunakan satu kaki, menuang minuman, dan berpikir. Robot berpostur anak-anak usia 7 tahun itu kini punya sensor tambahan untuk menghindari tabrakan dengan orang lain saat berjalan di kerumunan pejalan kaki.

Semakin pintar saja manusia di zaman ini, dapat menciptakan sesuatu yang dulu dianggap tidak mungkin menjadi mungkin. sesuatu yang dulu mustahil tetapi kini semua orang dapat menjangkau dan menikmatinya. ayah saya hanya geleng-geleng kepala saja ketika melihat dan mendengar berita ini. beliau hanyalah laki-laki yang sudah berumur lebih dari setengah abad, yang diberi tuhan kesempatan melihat perkembangan dan kemajuan kehidupan manusia. pada zamannya dulu, segalanya serba tradisional dan manual. kini, ada berbagai macam alat canggih yang siap membantu umat manusia menjadi lebih cepat dalam mengerjakan segala sesuatu.

Bagaimana jadinya seandainya manusia di bumi ini cukup sampai 7 Miliyar saja? sisanya digantikan oleh robot-robot? robot tidak butuh makan sehingga tidak akan ada krisis pangan. robot tidak akan menggelapkan uang, karena dia tidak membutuhkan uang. robot tidak dapat saling menghasut, mengejek dan menghina temannya yang lain sehingga tidak akan muncul saling bunuh-membunuh karena tersinggung, dan robot dapat dimusnahkan jika sudah tidak terpakai lagi.

**Dimuat turun daripada:** http://teknologi.kompasiana.com/gadget/2011/11/08/asimo-si-robot-pengganti-manusia-408533.html

**Teks 2C**

# [BERITATEKNOLOGI](http://www.beritateknologi.com/???)

# Restoran di Singapura Menggunakan Robot Drone sebagai Pengganti Waiter

Keberadaan sebuah drone kini bisa dilakukan untuk berbagai jenis aktivitas. Terlebih drone kini juga hadir dengan berbagai bentuk dan ukuran. Dan, sebuah restoran di Singapura pun memanfaatkan drone sebagai pengganti waiter. Namun drone tersebut hanya dipakai untuk mengantarkan bir serta pizza.

Keterbatasan tersebut karena kemampuan dari drone itu sendiri. Dalam masa pengujian yang dilakukan, robot itu hanya mampu membawa barang dengan bobot tak kurang dari 2,2 kg. Dan meski sudah menggunakan drone, para pegawai masih tetap memperoleh tugas.

Drone tersebut hanya bertugas untuk membawa makanan dan minuman pesanan dari dapur menuju ke area makan. Selanjutnya, makanan masih tetap harus dibawa oleh pegawai restoran ke para tamu yang tengah menunggu makanan dan minuman pesanannya.

Infinium yang menjadi produsen drone itu pun percaya kalau robot mereka memberikan keuntungan bagi restoran tersebut. Dengan adanya drone ini, CEO Infinium berpendapat memungkinkan para staf restoran untuk berinteraksi lebih kepada para tamu.

Penggunaan drone ini pun memberikan solusi kekurangan tenaga kerja yang tengah dihadapi oleh restoran di Singapura. Saat ini pemerintah Singapura membatasi pemakaian tenaga kerja asing murah. Di sisi lain, masyarakat Singapura enggan bekerja sebagai seorang waiter karena dianggap punya status sosial yang rendah.

# *****Dimuat turun daripada:*** *http://www.beritateknologi.com/restoran-di-singapura-menggunakan-robot-drone-sebagai-pengganti-waiter/***